


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа № 22 г. Сызрани  
городского округа Сызрань Самарской области

**Рассмотрена**  
на заседании методического  
объединения учителей  
физической культуры, ОБЖ,  
технологии, ИЗО  
Протокол № 1 от 31.08.2016 г.

**Проверена**  
Зам. директора по УВР  
 Антипова Н.Ю.  
31.08.2016 г.

**Утверждена**  
Приказом №140/ОД от 31.08.2016г.  
Директор ГБОУ СОШ № 22  
г. Сызрани  
  
Л.Д. Зубова



## Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности

10-11 класс

Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования / Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 (Зарегистрирован Минюстом России 01.02.2011 г. № 19644, на основе Федерального закона от 29.12.2012

г. № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 23.07.2013),) примерной образовательной программы основного общего образования. /Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15), основной образовательной программой среднего общего образования ГБОУ СОШ №22 г. Сызрани, с учётом программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов» под редакцией А.Т.Смирнова, Б.О. Хренникова

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается с 10 по 11 класс из расчёта 1 ч в неделю (всего 68 ч): в 10 классе — 34 ч, в 11 классе — 34 ч.

Рабочая программа ориентирована на учебник: Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 класс, авторы: А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. М.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

**Выпускник на базовом уровне** научится:

#### **Основы комплексной безопасности**

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;

использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения; объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при

управлении двухколесным транспортным средством;  
действовать согласно указанию на дорожных знаках;

пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;

прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;

использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;

распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;

описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия; определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в

зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки; опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие

человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;

опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки; пользоваться официальными источниками для получения информации об

экологической безопасности и охране окружающей среды;

прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;

составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;

распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби; соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству

РФ;

использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за

противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби; пользоваться официальными источниками для получения информации о

рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;

прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;

применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;

распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;

использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;

пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;

прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;

составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области

защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;

приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;

приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;

использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;

действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной

безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; пользоваться официальными источниками для получения информации о защите

населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;

составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

## **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;

объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;

оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;

объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;

комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

распознавать симптомы употребления наркотических средств;

описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;

использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;

описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции; составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней

террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;

использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;

оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

описывать факторы здорового образа жизни;

объяснять преимущества здорового образа жизни;

объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;

описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека; раскрывать сущность репродуктивного здоровья;

распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;

пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;

использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;

отличать первую помощь от медицинской помощи;

распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;

оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;



действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;

составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;

комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;

использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;

классифицировать основные инфекционные болезни;

определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;

действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

## **Основы обороны государства**

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России; описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты; приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;

приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;

раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;

разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;

оперировать основными понятиями в области обороны государства;

раскрывать основы и организацию обороны РФ;

раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;

объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;

описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских

формирований и органов в мирное и военное время;

характеризовать историю создания ВС РФ; описывать структуру ВС РФ;

характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;

распознавать символы ВС РФ;

приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

## **Правовые основы военной службы**

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;

использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;

раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;

характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;

раскрывать организацию воинского учета;

комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;

использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;

описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;

объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;

различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;

описывать основание увольнения с военной службы;

раскрывать предназначение запаса;

объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;

раскрывать предназначение мобилизационного резерва;

объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

## **Элементы начальной военной подготовки** Комментировать

назначение Строевого устава ВС РФ;

использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки; оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ; выполнять строевые приемы и движение без оружия;

выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;

выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;

приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;

описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;

выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;

описывать порядок хранения автомата;

различать составляющие патрона;

снаряжать магазин патронами;

выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;

описывать явление выстрела и его практическое значение;

объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;

объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;

выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;

объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;

выполнять подготовку к стрельбе;

производить стрельбу;

объяснять назначение и боевые свойства гранат;

различать наступательные и оборонительные гранаты;  
описывать устройство ручных осколочных гранат;  
выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;

выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;  
объяснять предназначение современного общевойскового боя;  
характеризовать современный общевойсковой бой;

описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;

выполнять приемы «К бою», «Встать»;  
объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;

выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);

определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;

передвигаться по азимутам;

описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);

применять средства индивидуальной защиты;

действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;

описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;  
раскрывать особенности оказания первой помощи в бою; выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

### **Военно-профессиональная деятельность**

Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;

объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям; оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по

отношению к военно-профессиональной деятельности;

характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;

использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

### **Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

#### **Основы комплексной безопасности**

Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих

защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

#### **Основы обороны государства**

Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;

приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;

определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;  
выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;

выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова; описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе; выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами; описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;

выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

### **Военно-профессиональная деятельность**

Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;

оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

### **Содержание учебного предмета 10 класс**

<b>№ модуля,</b>	<b>Наименование модулей, разделов, тем</b>	<b>Кол-во часов</b>
М-I	Основы безопасности личности и государства	11
М-II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	3
М- III	III Обеспечение военной безопасности государства	20
	Всего часов	34

### **Содержание учебного предмета 11 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Название темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
М-I	Основы безопасности личности, общества и государства	7
Р-I	Основы комплексной безопасности	4
Р-II	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	3
М-II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	8
Р-III	Основы здорового образа жизни	2
Р-IV	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи	6



М-III	Обеспечение военной безопасности государства	19
Р-V	Основы обороны государства	10
Р-VI	Основы военной службы	9
	Всего часов	34

## Тематическое планирование 10 класс

№	Тема урока	Количество часов
1	Автономное пребывание человека в природной среде	1
2	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде	1
3	Обеспечение личной безопасности на дорогах	1
4	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях	1
5	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта	1
6	ЧС природного характера, причины их возникновения и возможные последствия	1
7	ЧС техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия	1
8	Военные угрозы национальной безопасности России	1
9	Международный терроризм - угроза национальной безопасности России	1
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи	1
11	ГО, ее предназначение и основные задачи, основные виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени, средства индивидуальной защиты	1
12	Сохранение и укрепление здоровья. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	1
13	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1
14	Здоровый образ жизни. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	1
15	История создания Вооруженных сил РФ	1
16	Памяти поколений - дни воинской славы России	1
17	Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ	1
18	Сухопутные войска, их состав и предназначение	1
19	Военно-воздушные силы, воздушно-десантные войска	1
20	Военно-морской флот, ракетные войска стратегического назначения	1
21	Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитников Отечества	1
22	Дружба и войсковое товарищество	1

23	Размещение военнослужащих	1
24	Распределение времени и повседневный порядок	1
25	Суточный наряд, общие положения	1
26	Обязанности дневального по роте, дежурного по роте	1
27	Организация караульной службы, общие положения	1
28	Часовой - лицо неприкосновенное, обязанности часового	1
29	Строй и управление ими, строевые приемы и движение без оружия	1
30	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	1
31	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	1
32	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова	1
33	Современный бой	1
34	Обязанности солдата в бою, действия солдата в бою	1

### Тематическое планирование 11 класс

№	Тема урока	Количество часов
1	Пожарная безопасность, права и обязанности граждан в области пожарной безопасности	1
2	Правила личной безопасности при пожаре	1
3	Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время	1
4	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	1
5	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом	1
6	Правила поведения при угрозе террористического акта	1
7	Государственная политика противодействия наркотизму	1
8	Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье	1
9	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	1
10	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
11	Правила остановки артериального кровотечения. Первая помощь при ранениях	1
12	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	1
13	Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота	1
14	Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины	1

15	Первая помощь при остановке сердца	1
16	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России	1
17	Боевое Знамя воинской части -символ воинской чести, достоинства и славы	1
18	Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1
19	Основные понятия о воинской обязанности	1
20	Организация воинского учета	1
21	Первоначальная постановка граждан на воинский учет	1
22	Обязанности граждан по воинскому учету	1
23	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1
24	Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям	1
25	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет	1
26	Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего	1
27	Общевойские уставы. Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ. Строевой устав Вооруженных сил РФ	1
28	Основные виды и особенности воинской деятельности	1
29	Честь и достоинство военнослужащего Вооруженных сил РФ. Основные обязанности военнослужащих	1
30	Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Ритуал приведения к Военной присяге	1
31	Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники	1
32	Призыв на военную службу Порядок прохождения военной службы по призыву	1
33	Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву	1
34	Особенности военной службы по контракту Альтернативная гражданская служба	1